

# 2023年高中班会课件心理健康教育 健康 班会教案(精选7篇)

无论是身处学校还是步入社会，大家都尝试过写作吧，借助写作也可以提高我们的语言组织能力。范文书写有哪些要求呢？我们怎样才能写好一篇范文呢？以下是小编为大家收集的优秀范文，欢迎大家分享阅读。

## 高中班会课件心理健康教育篇一

- 1、知法——了解法律对青少年犯罪的处罚规定。
- 2、守法——用生动的案例给学生以警示和启悟。

教学时数

一课时。

配乐播放一组少年犯的图片，给学生以心灵上的震撼。

人们常把青少年比喻成“花朵”，生机勃勃，昂然向上。在这个令人羡慕的黄金年龄段，本应刻苦学习，展现自身才华，实现人生价值。然而，一部分青少年却由于种种原因，陷入了违法犯罪的泥潭，在人生的履历表上留下了挥之不去的污点，有的甚至付出了生命的代价。

“花儿”凋谢了，它让我们痛惜，更让我们深思——前事不忘，后世之师，我们一定要遵纪守法，健康成长，走好青春的步伐！

遵纪守法的第一步是知法、懂法。当代社会，青少年犯罪出现了令人警惕的“十七岁现象”，这个现象的出现固然有多方面的原因，但一个很重要的原因就是不知法造成的，因为

大多数青少年认为，十八岁以下都属于未成年人，触犯法律不需要承担刑事责任。事实并非如此，《刑法》对未成年人犯罪做了以下几方面的规定，也就是说少年违法也判刑，满十四周岁就要承担刑事责任了，更别说我们现在都十七八岁了。

知法，就要守法，下面我们就通过生动的案例，就几种常见的`犯罪现象，来谈谈如何自律、守法。

### （一）财物犯罪

钱财诚可贵，青春价更高。勒索已为甚，害命不可饶。

### （二）性格犯罪

- 1、忍耐忍耐，人情常在；不忍不耐，事情常败。
- 2、忍一时风平浪静，退一步海阔天空。
- 3、欺人是祸，饶人是福；心胸狭隘，会把人害。
- 4、世界是最宽阔的是海洋，比海洋更宽阔的是天空，比天空更宽阔的是人的胸怀。

### （三）嗜网犯罪

网络是把双刃剑，偏嗜成癖万事残。一念成魔泯良知，杀害亲人暗无天。

### （四）交通违法

自行车行驶“六不准”

- 1、转弯时须减速慢行，前后注意，伸手示意，不准突然猛拐。

- 2、超越前车时，不准妨碍被超车的正常行驶。
- 3、通过陡坡，横过四条以上机动车道或途中车闸失效时，须下车推行。下车前须伸手上下摆动示意，不准妨碍后面的车辆行驶。
- 4、双手不准离把，攀扶其他车辆或手中持物。
- 5、不准牵引车辆或被其他车辆牵引。
- 6、不准扶身并行。
- 7、不准互相追逐或曲折竞驶。

## 行人行走的安全区域

(1) 在有人行道的道路上，除道路施工不能通行外，行人必须在人行道上行走。

(2) 在没有人行道的道路上，要靠右侧的路边行走。按道路设计标准规定，一人通行道路所需活动空间的宽度：行人徒手时为0.7米，手提负荷时为0.9米。行人在路边没有遇到不利的地形、地物时，在上述活动空间内行走的，应认为是靠路边行走。

(3) 高速道路、汽车专用道路禁止行人进入。其他禁止行人进入的道路上，设有禁止行人通行标志。

花残花落花满地，留给我们的的是无尽的痛惜。在上学期的“与法相伴，健康成长”的作文竞赛中，20班的李云霞同学就针对青少年犯罪写了一篇优秀的作文，题目为《花落·落花》，下面就请我们班几位同学来朗诵这篇文章，让我们在聆听中去反思。

正如文章中所说“花总是要落的，但要等到尽情绽放之后”，如何使自己尽情绽放，绽放精彩呢？我觉得我们要心中有爱——爱他人，爱自己，爱生活，爱生命，爱这个世界，只要心中有爱，我们就不会让美丽而消逝。

## 高中班会课件心理健康教育篇二

主持人（马）：回头望去，才发觉，原来我们已经穿过凛冽的北风，走过了寒冷而又漫长的冬天。因为心中有爱一直燃烧着，于是我们没有在严寒中麻木。这爱是对生命坚强的诠释，我们追随它来到春天，和小草一同重拾生命力！

现在我宣布，七年级六班“做心理健康的中学生——学会坚强”主题班会现在开始！

主持人（张）：提到“学会坚强”，我也要说一说了。现在我们不少同学意志脆弱，经不起任何风险和挫折，遇上根本算不上挫折的一点点不如意就伤心、沮丧，当今社会竞争日益激烈，风险日渐增多，如果心理素质不健全，意志不坚强，知难而退，将不能面对社会和生活挑战。那么，我们在学习和生活中遇到各种各样的挫折和困难时，应该怎么面对呢？先让我们来看看历史上一些名人是怎么做的。

主持人（张）：好，有请冯殿佳同学为我们讲一讲贝多芬的故事。掌声有请！

主持人（马）：没错，作为一个音乐家，最大的不幸莫过于失聪了，但是贝多芬却在这种情况下以坚强的意志克服了重重困难，坚持创作，这种坚持不懈的精神很值得我们学习。

主持人（张）：还有哪位同学可以讲一讲？

主持人（马）：好，有请任宇飞同学为我们讲张海迪的故事。

主持人（张）：很好，一个胸部以下全身瘫痪的人，在残酷的命运挑战面前，没有沮丧和沉沦，以顽强的毅力和恒心与疾病做斗争，经受了严峻的考验，自学小学、中学课程，并攻读了大学和硕士研究生的课程。她乐观向上、身残志坚的精神值得我们学习。

主持人（马）下面请同学们看一段视频。

主持人（马）当然知道。

主持人（张）那你就给同学们讲一讲吧。

马欢然讲刘伟的故事。

主持人（张）：我们每个人都有着独一无二的生命，独一无二的人生道路，这人生的路途上，有着许多的失败，和更多的挫折，但我们，要坚强！

同学们，听了这些名人的故事，你们有什么感悟？

那么谁来说说？

.....

主持人（马）：同学们说得很好，我们在生活中遇到挫折和失败后也要学会坚强，想一想这些名人是怎么做的。

四，诗朗诵：

主持人（张）：说了这么多了，让我们来放松一下吧！欣赏一首小诗。有请高美君同学为我们朗诵《学会坚强》。

主持人（马）：掌声有请！

主持人（张）：她用清澈的嗓音，告诉了我们如何面对挫折，

怎样战胜困难，诠释了坚强的含义。

主持人（马）：所以，在今后的日子里，无论遇到什么阻碍，请记住，要坚强！

五，提问：

主持人（张）：班会进行到这里，我想大家已经对我们的主题“学会坚强”有所理解，那么下面有几个问题请大家回答，请看大屏幕。

1、你认为“进步”在生活中是什么概念？怎样才可以体现出进步？

3、如果老师和同学误解了你，你该怎么办呢？

4、假如某次月考没有达到你理想的成绩，你怎么正确看待？

主持人（马）：不错，同学们回答的很好。人生每天都有考试，就算今天失败了。

但明天还会有一张空白试卷等着我们填写，在最后一次考试时，我们要争取满分！

那下面我再出一道特殊的题，看看大家的英语水平怎样。大家请看大屏幕，哪位同学可以试着读一下。我们请张晗同学读，李明明同学做翻译。

主持人（张）：很好，我希望大家能够真正理解这段话，在遇到困难时想一想。

主持人（马）：好了，时间也差不多了，我们总结一下这节课的内容，谈谈自己的收获，可以小组之间互相讨论讨论，一会儿请同学发言。可以开始讨论了。

学生：……

主持人（马）：同学们总结得很好。现在，让我们请老师为我们讲一讲这方面的内容，有请王老师！

老师：……

主持人（张）：老师说的没错，我们在生活中要真正做到坚强而不是只停留在嘴上。要付出行动。

结束：

主持人（马）现在请同学们听一首歌。让我们大家一起用心灵去倾听，细细体会歌词的内涵。会唱的同学可以一起唱。

下课铃响

主持人（张）：同学们，记住：人生难免会遇到各种挫折和失败，希望你们能学会坚强，勇于面对困难，做一名心理健康的中学生！现在我宣布：七年级六班“做心理健康的中学生——学会坚强”主题班会到此结束！

主持人一起说，感谢各位老师和同学们的支持，谢谢大家。

想做真钢，就要接受千锤百炼。

想做雄鹰，就要迎接暴雨狂风。

想做栋梁，就要欢迎修枝剪芽。

想做人才，就要刻苦磨砺心性。

没有人能随随便便成功。

班级，是我们成长的基地，树立雄心，锻炼意志。

校规，是我们行动的准绳，勤奋钻研，抛却顽性。

学业，是我们驰骋的战场，知难而进，精益求精。

老师，是修枝剪芽的园丁。属于我们的必将是辉煌的人生。

## 高中班会课件心理健康教育篇三

1、以“克服浮躁”为主题，坚持正面教育为主，进行学生心理健康教育。

2、使同学们克服浮躁、保持平和的心态、踏实学习。

班会过程：

### 一、导入课题

提出问题：你认为，在你的一生中最重要的是什么？

(健康、金钱、事业、爱情、亲情、友情、美貌、道德品质等)

(学生发言后教师总结如下)：

老师：同学们，现在人们对健康的要求越来越重视，健康对每个人来说都非常重要。我们在关注身体健康的同时，更应该关注心理健康。

联系学习，我们更应该有个怎样健康的心理呢？

### 二、班长主持

1、提问如何解释浮躁，为何会存在浮躁心理，怎样克服，让同学们自由发表看法。

2、班长总结(见补充材料)

三、全班同学集体学习诸葛亮的《诫子书》片段。

《诫子书》片段

诸葛亮

四、全班同学积极参与讨论。

注意事项：

(1)两个值周班干部想办法组织同学上讲台发表自己对上述话题的看法，谈各自的亲身体会。方法和形式可以多种多样，或推荐同学，或指定每组两个同学等等。

(2)做好各方面的文字记录(尤其是同学们的发言)，简要写出此次班会的总结(成功经验、失败教训等等)，形成文字材料。

五、班主任对此次班会课做总结，指出亮点和不足之处。

班会总结：

这次班会的主题极具针对性，意义重大。因为是同学自发组织协调，

班会气氛和谐，很多同学都能主动起来发表自己的看法见解，大部分同学能够认真地听并且积极思考。

这次班会让同学们受到了很好的心理教育，同学们心态平和，积极进取，找到了克服浮躁的方法：(1)明确目标，加强学习，勤于思考。(2)保持一颗平常心和正确的进取心。人贵有自知之明，非宁静无以致远。克服浮躁，要有这种心宇澄清的境界。在成绩、荣誉和位置面前，要始终能够正确认识自己。要化急躁为急迫，在学习、工作和生活中保持紧迫感，增强

进取心，努力搞好学习。

## 高中班会课件心理健康教育篇四

在这节主题班会上，我的心灵受到了的震颤，我也很想测试一下自己的心房有多宽。孩子们同样也都在测试题中悟到心理健康的重要性，他们的心灵也受到了冲击，可以看得出，他们的心与之得到了共鸣，也想起了自己只有保持心理健康，人格才能变得更美。我觉得这是这节心理健康课的成功之处，用测试题来牵动了44位学生的心，选材适当，又别具风格。

但也觉得有几个地方的设计可以再改一改，相信会得到更好的效果。

1、一些学生答题后，班长进行概括时，应让学生谈谈自己的感受一下，让学生们的心理有一个缓冲期，这样再进行下面的环节，会得到更好的理解和升华。而不会弄的教学环节进行不下去，感到冷场的尴尬。

2、教学环节中有一个环节是教师让学生以小组的形式讨论自己的平时的表现，这一步，我认为有时候每个人都知道自己做了什么，但却无法用言语来表达的，尤其是在这样的场合，同学们会在心中想，但不会轻易说出来，所以这一步的教学显得没有生气，学生之间几乎没有多少交流。在这一步的设计中，教师最好采用让学生自己想，然后把想法写下来的方式，相信会得到更好的效果。

3、整堂课还让几个有代表性的学生上来表达自己所谓觉得心理健康应从那开始，这样可以提供更多的时间给学生来感受、思考、交流。学生能进一步用别人的列子来反省自己，教师再做一下引导，效果很好，课堂气氛也挺好的。

4、仅从这节课来说，对学生的教育引导效果很好，但从整个心理健康教育来说，还需要进一步的发掘，让学生感受、理

解出对自己的要求，做为孩子，我们应怎样引导他们，怎样让他们带有健康的心理去努力学习，为他们争光等。

每一节优秀的课，都是在不断的学习改进，再学习再改进的过程中产生的。做为心理健康教育课也一样，需要我们教师投入百分之百的努力与思考，才能得到预期的效果。有不当之处，还请同行们提出宝贵意见。

本次班会因为有了充分的准备才使得班会能够顺利的开展。本次班会主要得与失：班会虽然结束了，但是留给我们的思考没有结束。

## 1. 得

本节主题班会构思有创意，形式多样，内容紧扣主题，教育意义深刻，达到了教学目标。并能够与学生思想实际有机结合，针对性强。同学们发言、参与，尤其是发表自己对本身看法时内容充实，十分的成功。通过活动，学生更加深刻地认识到自身的心里状况，对学生保持和养成一个明朗的心情具有促进作用。

班会课上全班同学积极参与活动，形式丰富多样，突出了学生的主体地位，锻炼了学生各方面的能力，给他们留下了难忘的记忆。

## 2. 失

回顾这次班会，有成功的地方，但还有许多不足之处。比如，有个别学生不积极参与，环节设计时细节考虑不周全，没有很好的计划参与者不明确自己的任务，导致参与时不知道应该谁去。

通过反思我明晰了组织好一次班会活动需要的是什么。首先要提前思考，设计出活动的方案；其次要考虑好细节，明确参

与者的任务;最后是要给足学生时间排练,要与学生沟通、交流,让学生主动参与,因为他们是活动的中心,是活动最大的支持。只有做好这些才能够取得良好的效果。

一个心理健康和人格完美的养成,而是需要一个长期的过程,这次班会给了我很好的学习和反思的机会,我了解到这只是一个开始,今后还需要不断的努力,更加主动的参与其中。

## □2□

在这次班会我们采用了播放视频、图片并由各学生代表发言等多种形式展开,取得了良好反应。面对现在大学生就业务虚不务实、眼高手低、缺乏实际经验等这些应届大学毕业生就业难的主要原因,此次活动意在让同学们更好的面对就,消除困惑,走出误区,采用正确的态度,充满自信的面对将来的就业问题。

有关这次主题班会的具体内容如下:

一、由团支书权飞飞主持宣布班会正式开始

宣读本次班会的主要内容、目的、班会流程和班会纪律。

二、本班心理联络员何瑞、杨慧分别发言:

就大学毕业生就业问题分别发表看法。他们的发言从大学生就业现状、存在问题、国家政策以及大学生就业应该有的正确态度等几个方面展开,引导同学们正确面对大学生就业问题。

三、观看相关视频:

这个视频主题主要是大学生就业心态,从中我们深刻的明白了心态决定了结果,能够放低自己的人,通常将来能够走得

更高并且对就业、职业和事业这三个工作中的必要步骤有了一定认识：就业可以是临时的，职业则是一辈子的而事业是职业的更高境界。所以我们可以现就也在择业，从不断前进的过程中实现自己的职业梦想与人生价值。

#### 四、调查同学有关就业发展方向以及就业准备情况

未来发展方向调查详情如下图所示：（略）

从表中可以看出90%以上的同学对自己以后发展方向都有很明确的打算与计划，不到10%的同学至今发展方向不明确。针对这种情况我们应该引导方向明确的同学坚定的前进，而那些方向不明确的同学更需要我们的关注给他们正确的指导希望他们早日确定方向并为之努力。

并且我们也了解到了在大学3年里都在积极地为未来就业做着准备，除了平时认真学习专业课以外还自学自考了多个方面的就业资格证书与能力证书，主要有人力资源助理师、计算机二级、会计资格从业证、高级办公自动化、文秘等级证书等等，但是其中存在的问题是：男生拥有的各种资格证书比女生少很多，针对这一情况，我班团支部联合各个班委以及心理联络员鼓励男生严格要求自己不断发展前进。

拥有资格证书的具体情况如下表：（略）

#### 五、由班长总结这次班会的主要内容

希望同学们能够用正确的态度通过正确的方式实现自己的梦想。无论现实有多么现实，坚持最初的梦想。

我们现在需要做的就是做好一切准备，及时转换自我角色。对于大多数的学生来说，大学阶段过的是一种单纯而有保障的生活，学习、生活、交际都较有规律，这样的生活方式与现实社会存在一定的距离。在大学生活结束之际，踏上岗位

之前，最重要的就是能够迅速完成自我角色转换，做好就业心理准备。在调查统计结果表明，有80%以上的大学毕业生不能够及时完成角色转换。

深入了解自身 就业前如何选择职业，要根据自身的个性特征来决定。全面了解自己的心理特点是选择职业的重要前提；兴趣是爱好的推动者，爱好是兴趣的实行者。人们对职业的选择往往以自己的兴趣爱好出发，这就更需要认真分析自己的兴趣爱好。对自己充分的了解，是每一个求职者进行职场定位的依据与前提，而大学生在面临巨大的就业压力时，往往很少能真正做到全面了解自己，这需要我们冷静来思考。

对自己充满足够自信 要做好准备在就业遇到各种困难，困难是只阻碍你成功的绊脚石，但他也是陪伴你走向生命制高点的经之路。在面对困难时只要我们能挺过来，那就是你又一次跨越了人生的另一个高峰。大学生就业虽然严峻，但我们也不用担心，因为社会是不会淘汰有能力的人在面对困难时我们不能失去自信，只有你充满自信，你才能够跨越这制高点。

## 高中班会课件心理健康教育篇五

烟草是造成人类死亡的第二大原因，全球大约有一半吸烟者最终死于吸烟所导致的疾病。青少年更是其中受害严重的群体。为了进一步推动青少年控烟工作，促进全民健康，我校组织全校师生开展无烟日活动，让每一个学生都参与到活动中来。

全校师生

2、组织全校学生参加“吸烟的危害”主题升旗仪式；

3、组织各班开展“我的无烟童年”主题班会。

4、组织各班开展“小手牵大手，共同创建无烟环境——致亲人戒烟一封信”活动。

1、升旗仪式活动要求：

(1) 对象：全校学生

(2) 时间：5月31日

(3) 过程：组织升旗仪式的教室学生写国旗下讲话稿，全过程组织升旗仪式。

2、主题班会活动要求：

(1) 主题：我的无烟童年

(2) 内容：围绕青少年拒绝吸烟、对烟草危害的认识、对学校控烟的看法、对教师吸烟的看法、对无烟家庭的看法、对戒烟的建议等召开本次主题班会。

(4) 时间：5月27日第八节课

3、《致亲人戒烟一封信》活动要求：

5月31日，动员学生以写信的方法劝阻家人戒烟，同时动员父母以回信的方法予以承诺，小手牵大手，共同创建无烟环境。6月2日教室领导回收、统计。

健康教育教师自行设计一节有关吸烟与健康的健康教育课，在全校每个年级上一节宣传无烟日的健康教育课。课后组织学生讨论并写下心得体会。

**高中班会课件心理健康教育篇六**

## 朋友一生一起走

XXX

1、采取心理小游戏的方式和续演心理情景剧，彼此相辅相成将现实的题目演绎出来并让大家一起解决，培养同学们的团结协作能力和增强班级凝聚力，心理辅导员和班主任的点评更能让同学们从本次活动中感受到朋友的重要性。

### 2、活动总结 and 评价

本次活动以续演心理情景剧为主，小游戏为辅，环环相扣，将现实中的题目专心理情景剧的方式表现出来，再以小游戏的方式给同学们以启发。本次活动将具有认可度的心理咨询这一元素融进本次活动，即本次活动心理辅导员和班主任也投进到整个活动过程中，能够更好的让同学们明白朋友的重要性和体会到本次活动的意义。

1、天气适宜，宽敞大教室布置的很温馨，同学们心理状态都在一个很好的时期。

2、时间把握的恰到好处，同学们都有时间来参与，还有班主任和心理辅导员的参加，同学们的参与度很高。

3、预备好小奖品以及活动所需的各种道具

4、心理辅导员和班主任的指导让本次活动能够更好的开展。

## 高中班会课件心理健康教育篇七

从进入大学到此刻，随着学习、工作等各方面压力的不断增大，有些同学们的心理有了必须的变化，摆正心态，迎接新的挑战，已经成为我们班当下不可忽视的问题。有必要开展一节心理主题班会，增强同学们的心理健康意识，提高同学

们心理健康水平。

二、活动目的及意义：经过活动让同学们了解健康心理的新概念；让同学们认识到关爱的力量、协助的力量；同时，让同学们在简便的气氛下调节身心，提高班级凝聚力，构建和谐的氛围。

三、活动主题：摆正心态，圆我大学梦

四、活动对象：10级平面设计2班全体学生

五、活动时间：\*\*\*

六、活动地点：\*\*\*\*

七、活动所需物品：精美礼品、音响等

八、活动流程：

(一)活动前期工作：申请教室、购买活动所需要的物品，安排等“海报制作”各班干具体的工作。

(二)活动开始：

(1)主持人讲话，请班主任为这次活动做重要讲话，宣布活动开始。

(2)请我们班的k王刘一贤同学高歌一曲。

(3)文字接龙。以宿舍为单位分组，进行语言传达。让同学在团体中感受到欢乐，增强团体观念。认识到未来的社会合作的重要性。

(5)请我们班的廖俊英同学为我们歌唱。

(三) 心理测验：（心理健康测试表另外附件）

(四) 请班主任对我们的这次班会举行评点和总结

九、活动经费预算：约35元。